

# CAM通信



3号

2026年2月発行



## 広報まつもと 1月号

### 「ゼロカーボンアクションプラン」が特集されました！

みなさん、「広報まつもと1月号」はご覧になりましたでしょうか。今回は、「ゼロカーボン市民アクションプラン」を全面的に取り上げた特集記事となっています。

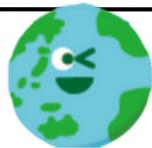
松本市では、この4月からアクションプランを基に、市の若手職員が考案した新たな事業を実施していく予です。今年度も、気候変動への取り組みに挑戦し続けていきます！

私たち一人ひとりができることから、「ゼロカーボン市民アクションプラン」を実践していきましょう。みなさん、今後の展開にぜひご期待ください☆



市民の方の  
実践紹介

### 自宅の断熱やってみた！ お風呂の窓を2重窓に



お風呂の中の冷気が気になってきたため、お風呂の出窓部分にポリカーボネート中空ボードを使って内窓をDIYしてみました！隙間を気密防水・強力テープで固定することによって湿気を防止しました。

#### 【手順】

①出窓部の上部・下部にガラス戸レール上・下を超強力両面テープで固定し、適正サイズにカットしたポリカーボネート中空ボードの外側にカブセを組み込み、窓枠にはめ込む。

②内窓の外周全面と内窓が重なり合った部分(隙間)を気密防水・強力テープで固定。

#### 【効果】

体感ですが、施工前と比較して浴室の温度が明らかに高くなり、入浴時に感じる寒さが減少したと感じました！



### 気候市民会議の参加者 実践例



断熱カーテン、市の補助金や情報発信を続けています。特に断熱ビニールカーテンは、光熱費高騰もあって、今まで格好が悪いと敬遠していた人も実践する仲間がジワリジワリ増えてきています！

賃貸でも手軽に設置できる断熱ボードを自宅の窓際に置いたら、暖房の設定温度を低くしても問題なく過ごせています♪



皆様の環境への取り組み事例をぜひお聞かせください。  
日常の小さな工夫から大きなチャレンジまで、どんな実践例でも大歓迎です。  
次回のCAM通信にて、皆様の素敵な取り組みをご紹介させていただきます。

